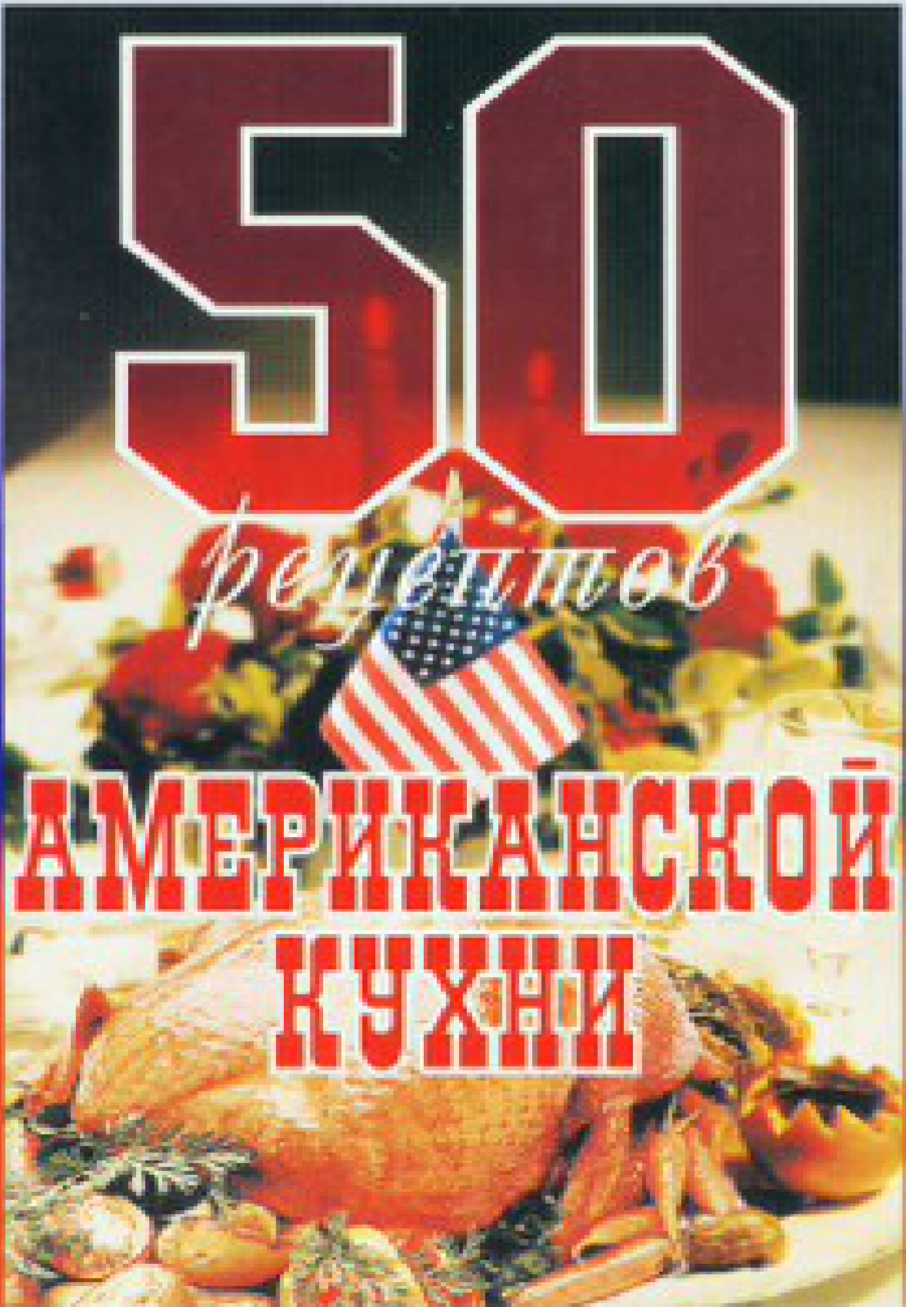
50 рецептов американской кухни



SHOUT
SHARE
IT

Annotation

В брошюре собраны рецепты традиционных и популярных блюд США, способных украсть любое русское застолье и создать атмосферу праздника и новизны. Знаменитые гамбургеры и запеченная индейка, любимая американцами дважды печенная картошка и пицца, пироги, индейское блюдо суккоташ, пирожки из сыра и куриная жамбалайя ждут своих первооткрывателей!

- 50 РЕЦЕПТОВ АМЕРИКАНСКОЙ КУХНИ
  - ПРЕДИСЛОВИЕ
  - СУПЫ
  - ОВОЩНЫЕ БЛЮДА
  - МЯСНЫЕ И РЫБНЫЕ БЛЮДА
  - ГАМБУРГЕРЫ
  - ДЕСЕРТ

50 РЕЦЕПТОВ АМЕРИКАНСКОЙ КУХНИ

ПРЕДИСЛОВИЕ

Спросишь американца об американской кухне — он только пожмет плечами. На побережье процветает калифорнийская кухня. Здесь часто встречаются дешевые рестораны, где прямо из аквариумов живьем выбирают sea food. Неплохо попробовать осьминога с маслинами, устриц во льду, клешни королевского краба или креветок с «Кровавой Мэри» (водка и томатный сок) с перцем. В глубине материка вас поражает многообразие традиций в кулинарии. Есть кухня южная (гречишные оладьи, барбекю), есть кухня французская и др.

Французский стол в Америке ведет свое начало от креолов (так в XVIII в. называли французов и испанцев, поселившихся в Америке) и от канадцев французского происхождения. Любимые блюда — гамбо (густой суп с обжаренной до рыжины муки и стручков бамни) и жамбалайя (рис с овощами, мясом или морепродуктами). Для кухни Новой Англии характерен такой пикник: на песчаном берегу роется яма (120х60 см, глубиной 50 см). Яма выкладывается камнями, и в ней разводится костер на 2–3 ч. Затем из ямы вынимаются угли, камни раскладываются на дне ровным слоем и накрываются мокрыми водорослями. На водоросли быстро укладываются слоями мидии, рыба, колбаса, сосиски, лук, картошка, кукуруза, омары. Все накрывается влажной тканью, мокрыми водорослями, сверху — мокрым брезентом. Пар почти не должен выходить. «Блюдо» будет готово через полтора часа, подается с растопленным маслом.

Не менее интересна кухня Техаса и Мексики, где широко известны и любимы гуакамоле (пюре из авокадо с кинзой, лимонным соком, помидорами и пряным перцем), кесадильи (кукурузные лепешки с начинкой из сыра, ветчины, копченого лосося), салат из поджаренного кактуса и текилу. Джорджия — штат персиков… Впрочем, штатов много, и еще больше разнообразие кухонь: китайские, русские, кубинские, марокканские, немецкие, швейцарские «изюминки» всегда найдут место на столе у американца (все зависит от родины его предков).

Традиционный американский завтрак — это молоко с хлопьями, воздушной пшеницей, изюмом и орехами. Кто-то предпочтет овсяную кашу с кленовым сиропом, кто-то — молочный коктейль (йогурт, фрукты, сироп и самые неожиданные добавки — от гренок до баклажанов). В меню утра входят кофе и, если есть время на разогрев, вафли (толстые и мягкие, они напоминают оладьи).

Ланч проходит в полдень, предлагая бутерброд, пиццу,

донаты (мелкую выпечку), пудинги, соевые батончики. В качестве легкой закуски выступают претцели (сухое немецкое печенье), кексы, желе, мюсли, фрукты и т. д. На обед может быть суп-пюре, мясное блюдо (поджарка), тушеные бобы и др. Широко рекламируются слоганы вроде «Файф-э-дей» («Пять в день»), т. е. призыв съедать в день не меньше 5 порций овощей и фруктов.

В США огромное количество полуфабрикатов (начиная от знакомых нам котлет до целых обедов на пластиковых подносах). Сгущенные бульоны, натертая пряностями птица, полуготовое жаркое, растворимое пюре облегчают труд хозяйки, но в чем-то и сковывают ее инициативу (то ли дело у нас!). В отношении к еде есть несколько заповедей, связанных с культом здорового образа жизни. Например, низкая калорийность пищи. Американцы пытаются не есть жир (молоко, йогурт, сметана «оттуда» для нас просто непонятны — вода и вода).

Очень любят в Америке все обмакивать: яблоки — в карамельную пасту, чипсы — в сметану. Местные соусы кислые и острые, с уксусом и перцем. Острым перцам отводится почетная роль — нарезанные стружки халапеньо стоят в пиццериях как соль, красным перцем могут посыпать ванильное мороженое.

Американцы вообще, с русской точки зрения, большие оригиналы. Здесь можно попробовать ветчину, глазированную медом, или кислую капусту, отваренную в шампанском. И пироги не похожи на наши: они выпекаются из сухого слоеного теста с начинкой кремообразного вида. И сыр используется удивительно: мало того, что его добавляют в макароны, супы, пиццу и запеканки, так с сыром готовятся еще и американские пирожные (чизкейк). Традиционно в Америке и такое лакомство, как фадж (смесь масла, шоколада, зефира, орехов, сухофруктов, сгущенного молока и арахисового масла).

Но это все праздничные блюда. Обычно же американец предпочтет стейк, тушеного кролика, баранину на косточке, обжаренные куриные крылышки с перцем. Учитывая американский темп жизни, понятно, откуда взялась система «фаст-фуд» — питания на ходу. Стиль еды и жизни совпали. Вот здесь как раз жир в ходу (картофель фри, высококалорийный хлеб); самая замечательная еда — гамбургер (сложный бутерброд).

Примечательно, что в американском сленге гамбургер означает не только промолотую мясную лепешку, но и израненного бойца, опустившегося пьяницу, плохую гончую собаку и смесь лечебной грязи с «подкормкой для кожи» в косметических салонах.

Бургер — это жареная лепешка из рубленого мяса (чаще

говядина или цыпленок). Сэндвич — та же лепешка, но на булочке. Чизбургер — это гамбургер с сыром. А еще есть саб, пита, фаст-фуд и т. д.

Кулинарным символом Америки был и остается праздничный стол на День благодарения (четвертый четверг ноября). Жители отмечают первый урожай, полученный на этой земле переселенцами. В традиционное меню на День благодарения входят:

- запеченная индейка Вермонт с подливкой;
- глазированные овощи;
- клюквенно-апельсиновый соус;
- суккоташ (блюдо, перешедшее в наследство от индейцев);
- кукурузный хлеб с чили;
- тыквенно-сахарный пирог.

Среди ведущих напитков — кофе, молоко, соки, кола, холодный чай. С непривычки можно заболеть, т. к. все прохладительные напитки подаются из холодильника и (или) со льдом. Индейка в принципе считается столпом американской кухни; хотя в этом многообразии немало и столпов поменьше. Кулинарная Америка огромна и ждет своих колумбов!

СУПЫ

1. Морковный суп с медом

450 г молодой моркови, 1 стакан куриного бульона, 0,5 луковицы, 0,5 стакана молока, 0,25 стакана меда, 0,1 ч. ложки молотого мускатного ореха, сметана.

В большую кастрюлю влить бульон, добавить нарезанный лук и морковь. Накрыть крышкой и варить, пока морковь не станет нежной. С помощью кухонного комбайна или толкушки превратить это все в пюре. Добавить молоко, мед и снова довести до кипения. Подавать горячим или охлажденным, посыпав орехом и положив в тарелку по ложке сметаны.

2. Суп-пюре по-фермерски

250 г бульона, 2 моркови, 0,1 кочана капусты, по 50 г корня сельдерея и лука-порея, 1,5 ст. ложки сливочного масла, 4 ломтика хлеба, тертый сыр, соль.

Морковь отварить, а сельдерей и лук-порей припустить с маслом и бульоном. Затем все овощи протереть через сито, пюре развести подсоленным бульоном. В суп добавить капусту, нарезанную соломкой и сваренную в бульоне. Часть пюре смешать с тертым сыром, этой смесью намазать хлеб, посыпать сверху оставшимся сыром и запечь в нагретой духовке. Готовые гренки подать к супу-пюре.

ОВОЩНЫЕ БЛЮДА

3. Салат «Вальдорф»

По 250 г корня сельдерея и яблок, 100 г очищенных грецких орехов, 100 г майонеза, 4 ст. ложки сливок, 2 ст. ложки лимонного сока, соль.

Сырой сельдерей очистить и нарезать соломкой, яблоки очистить и нарезать кубиками, орехи измельчить. Несколько половинок орехов и

4 ломтика яблока с красной кожурой оставить для украшения. В майонез добавить лимонный сок, соль, сливки; все перемешать. Этой смесью заправить салат из сельдерея, яблок и орехов; украсить. Приготовленный салат должен постоять 2 ч на холоде. Салат «Вальдорф» особенно хорошо подходит к холодной запеченной ветчине.

4. Суккоташ

500 г консервированной кукурузы, 100 г бекона, 1 луковица, 1 банка (400 г) консервированной белой фасоли, 150 мл сливок, 2 ст. ложки зеленого лука, соль, перец.

Обжарить мелко нарезанный бекон в сковороде с толстым дном за 5 мин. Добавить измельченную луковицу и обжаривать еще 5 мин, помешивая. Добавить слитую и промытую фасоль, 600 мл воды. Довести до кипения и готовить на медленном огне 10 мин. Прибавить кукурузу, сливки и тушить 5 мин. Посыпать зеленым луком и приправить это американо-индейское блюдо.

5. Карамелизованный красный лук

900 г лука, нарезанного колечками, 2 ст. ложки оливкового масла, черный перец, соль.

Нагреть духовку до 220 °С. Разложить лук на противне, сбрызнуть его оливковым маслом и посыпать солью и перцем. Запекать вверху духовки около 50 мин (или до мягкости). Через 25 мин после начала запекания перевернуть. Подавать горячим или комнатной температуры.

6. Салат «Чикаго»

На 1 порцию: 400 г спаржи, 30 г молодой зеленой фасоли, 20 г гусиной печени, 40 г грибов, 150 г свежих помидоров, 20 г моркови, майонез, зелень петрушки, соль.

Головки вареной спаржи, нарезанные стручки отварной молодой фасоли, ломтики вареной гусиной печенки, нарезанные соломкой вареную морковь и маринованные грибы хорошо смешать и заправить майонезом и солью. Готовым салатом заполнить половинки помидоров, из которых удалена мякоть. Все посыпать зеленью петрушки.

7. Творожный салат

200 г мягкого творога, 3 зубчика чеснока, 5 шт. моркови, майонез.

Мелко нарезать чеснок, положить в небольшую глубокую салатницу. Смешать творог с майонезом и выложить в салатницу так, чтобы чеснок остался внизу. Отдельно подать очищенную и разрезанную на 4 части морковь. Ее едят, макая в творожный соус.

8. Фасоль по-американски

100 г отварной фасоли, 50 г копченой свиной грудинки, 20 г сливочного масла, 0,5 луковицы, 1 ст. ложка томатной пасты, зелень петрушки, соль, бульон.

Мелко нарезанный лук пассеровать в масле, добавить томатную пасту и нарезанную соломкой грудинку. Все посолить, поджарить, залить бульоном и варить, пока грудинка не станет мягкой. Затем смешать с отварной фасолью и тушить 10–15 мин. Перед подачей посыпать измельченной зеленью петрушки.

9. Рис на сковороде по-калифорнийски

125 г стручков зеленого горошка, 350 г брокколи, 150 г моркови, 500 г куриного филе, 500 мл куриного бульона, 200 г длиннозернистого риса, 120 г тертого сыра, 3 ст. ложки сухого хереса, зеленый лук, растительное масло, соль, перец, горчица.

Стручки нарезать пополам, брокколи разделить на соцветия. Морковь нарезать кубиками, куриное филе — крупными

кубиками. Разогреть в сковороде растительное масло и, помешивая, поджарить в нем мясо. Добавить овощи, нарезанный зеленый лук, немного потушить, добавить специи. Положить рис, влить бульон и херес. Накрыть крышкой и тушить 20 мин. Рис должен впитать всю жидкость. За 2–3 мин до конца тушения посыпать тертым сыром.

10. Омлет с салатом

4 помидора, 2 сладких перца, 2 авокадо, 2 острых маринованных перца, 200 г красной консервированной фасоли, 0,5 кочана салата, оливковое масло, 4 недопеченных омлета.

Для заправки: оливковое масло, сок лайма, соль и молотый перец.

Помидоры нарезать мелкими кубиками. Сладкий перец порубить. Авокадо разрезать пополам, удалить косточку, очистить, нарезать кусками плодовую мякоть, маринованный перец нарезать ломтиками. Вымыть в сите фасоль и дать воде стечь. Салат нарезать небольшими кусочками, вымыть и откинуть на дуршлаг. Для заправки перемешать оливковое масло, сок лайма, соль и молотый перец. Полить заправкой продукты для салата и поставить в холодильник на 60 мин. Немного запечь омлеты и, сложив пополам, наполнить их салатом.

11. Яйца пашот по-американски

2 яйца, 100 г помидоров, 25 г ветчины, сливочное масло, специи.

Помидоры разрезать пополам, приправить специями и запечь в духовке так, чтобы они не распались. На каждую половинку помидоров положить яйцо, сваренное «в мешочек», смазать его сливочным маслом и украсить ломтиками поджаренной ветчины.

12. Картофель с креветками

250 г картофеля, 1 банка креветок в собственном соку, 50 г шпика, 3 помидора, зелень петрушки, тимьян, перец, соль, лук.

Лук обжарить на шпике, нарезанном мелкими кубиками. Добавить креветки вместе с соком, картофель, нарезанный кубиками, ломтики помидоров. Все потушить. Посолить, добавить специи. Подать с соленым печеньем.

Возможны варианты: вместо креветок кладут мягкие кукурузные зерна, мясо трески с помидорами и др.

13. Дважды печённый картофель

4 крупные продолговатые картофелины, 0,25 стакана молока, 0,5 ст. ложки масла, 1,5 стакана тертого острого сыра, соль.

Разогреть духовку до 175 ˚С. Вымыть картофель, проткнуть в нескольких местах вилкой. Выпекать в духовке в течение 60 мин, затем дать картофелю остыть. Разрезать каждый клубень вдоль; вышуть ложкой содержимое половинок (оставить около 0,5 см до кожицы). Смешать получившееся пюре с молоком, солью и маслом. Выложить эту массу обратно в картофельные лодочки и посыпать тертым сыром. Запекать в духовке при 175 ˚С в течение 15 мин.

14. Картофельная запеканка

900 г картофеля, 3 ст. ложки масла, 0,25 стакана рубленого репчатого лука, 3 ст. ложки муки, 1 ст. ложка соли, 0,25 ст. ложки молотого черного перца, 1,5 стакана концентрированного молока, 1 стакан воды, 0,3 стакана тертого сыра.

Нагреть духовку до 175 ˚С, смазать форму маслом. Положить картофель (очищенный и нарезанный очень тонкими ломтиками) в кастрюлю, залить водой и довести до кипения. Проварить 3–4 мин, снять с огня, слить и уложить в форму. В той же кастрюле на среднем огне растопить масло, добавить лук и томить 1–2 мин, пока лук не станет мягким. Добавить муку, соль и перец. Постепенно вмешать молоко и воду. Довести до кипения, помешивая. Снять с огня, залить этой смесью картофель и посыпать тертым сыром. Запекать около 30 мин (картофель должен стать нежным, а сыр — золотистым).

МЯСНЫЕ И РЫБНЫЕ БЛЮДА

15. Запеченная индейка «Вермонт»

4,5 кг тушки индейки с потрохами, 250 г сливочного масла, 4 ст. ложки муки, свежие лавровые листья, соль, перец.

Для бульона: 0,5 луковицы, 2 палочки сельдерея, 1 морковь, 2 лавровых листа, 10 горошков черного перца, петрушка.

Ароматизаторы: 1 лимон, 0,5 луковицы, 10 веточек тимьяна, 4 веточки розмарина, 2 веточки шалфея, 10 веточек петрушки, 4 лавровых листа, 4 ст. ложки растительного масла, 1 лук-порей.

Выпотрошить индейку, обрезать шею и кончики крыльев, посолить, поперчить снаружи и внутри. Для бульона положить обрезанные части в кастрюлю, залить 900 мл воды. Довести до кипения, снять пенку. Добавить остальные ингредиенты для бульона и варить 2,5 ч. Должно получиться около 600 мл.

Взять шалфей, петрушку, лавровый лист, другие ароматизаторы, 50 г масла и начинить индейку со стороны шеи. Закрепить спицей тушку и связать обе ножки. Разогреть духовку до 240 ºС. Размять 85 г масла с мукой и втереть в кожу индейки. Положить в большую форму для духовки и запекать 40 мин.

Растопить остаток масла, смешав его с 1 ст. ложкой воды. Снизить температуру духовки до 180 ˚С. Полить растопленным маслом индейку и запекать еще 50 мин, поливая каждые 15. мин, затем запекать еще 20 мин без поливки, вытащить из духовки и дать постоять.

Приготовление подливки. Форму, в которой запекалась индейка, поставить на плиту и нагревать 5 мин на среднем огне, все время помешивая остатки жидкости; дать остыть и снять поднявшийся жир ложкой; добавить измельченный лук-порей и томить 1 мин, затем медленно влить бульон. Перелить в кастрюлю, добавить промытые потроха и кипятить на медленном огне 15 мин. Перелить в кувшин для подачи на стол и приправить.

Подливу подавать с индейкой, украшенной свежими лавровыми листьями.

Это блюдо обычно готовится ко Дню благодарения, но возможны и варианты.

1. Фарш для начинки индейки:

590 мл куриного бульона, 3 луковицы (нарезать), 210 г подсушенного пшеничного хлеба (нарезать кубиками), 1 ст. ложка порошка паприки, 0,25 стакана яичного порошка, соль и перец по

вкусу.

Поставить кастрюлю на средний огонь, влить в нее 0,5 стакана бульона, добавить лук и томить в течение 10 мин, пока лук не станет мягким. В отдельной посуде соединить приготовленный таким образом лук, оставшийся бульон, хлеб, паприку, яичный порошок, соль и перец. Хорошо перемешать. Начинить приготовленную к запеканию птицу.

Этот фарш можно подать отдельно в виде гарнира. Для этого его выкладывают в форму для запекания и готовят в духовке при температуре 180 °С в течение 45 мин.

2. Фарш с травами: к основному рецепту добавить по 1 ст. ложке рубленой зелени шалфея, розмарина и петрушки.

3. Фарш с фруктами: к основному рецепту добавить 0,5 стакана нарезанных яблок, клюквы или груши.

4. Фарш сладкий: к основному рецепту добавить по 1 ч. ложке корицы, мускатного ореха или имбиря.

5. Фарш с грибами: к основному рецепту добавить 1 стакан нарезанных грибов, готовить вместе с луком до мягкости.

6. Фарш с сухофруктами: к основному рецепту добавить 1 стакан нарезанной кураги, сушеных яблок, инжира или вишни.

7. Хлебный фарш: к основному рецепту добавить кубики пшеничного хлеба с орехами, фруктами, ягодами, грибами, каштанами и т. д.

8. Клюквенный соус для индейки:

4 стакана клюквы, 2 стакана сахарного песка, 0,3 стакана бренди или коньяка.

Нагреть духовку до 15 °СС. Смешать клюкву и сахарный песок в огнеупорной посуде, запекать в духовке в течение 60 мин, часто перемешивая. Вынуть из духовки и влить бренди. Подавать в соуснике.

Полезный совет: при запекании крупной птицы ее следует прикрыть фольгой. Когда птица почти готова (время зависит от веса — от 3 до 5 ч), фольгу снимают и дают кожице зарумяниться.

16. Мясо индейки по-американски

400 г грудки индейки, 125 г вареной ветчины, 200 г риса, 150 г шампиньонов, 1 стручок сладкого зеленого перца, 1 луковица, 1 стручок острого перца, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки сухого хереса, по 250 мл куриного бульона и молока, растительное масло, петрушка, соль, перец.

Рис отварить, не разваривая. Мясо индейки и ветчину нарезать кубиками. Сладкий перец нарезать кубиками, грибы —

ломтиками. Лук измельчить. Стручок острого перца нарезать и очистить от семян. Обжарить мясо в горячем растительном масле. Добавить лук, сладкий перец, грибы. Слегка обжарить, посолить, поперчить, посыпать мукой. Развести бульоном, молоком и хересом. Добавить ветчину и острый перец. Прокипятить 5 мин, затем острый перец удалить. Блюдо украсить петрушкой и подавать.

17. Гуляш по-техасски

600 г говядины, 2 луковицы, 2 головки чеснока, 200 г моркови, 500 г картофеля, 2 ст. ложки муки, 1 банка томатов в собственном соку, 100 г замороженного зеленого горошка, 1 ст. ложка бульона, растительное масло, сельдерей, соль, перец, лавровый лист.

Мясо, лук и чеснок нарезать. Морковь очистить и нарезать соломкой, картофель — кубиками. Мясо обжарить в масле, добавить лук и чеснок. Посолить, поперчить, посыпать мукой и подрумянить. Добавить лавровый лист, томаты с соком, бульон. Влить воды такое количество, чтобы она едва прикрывала мясо. Тушить 60 мин. Затем положить картофель, нарезанный сельдерей, морковь и тушить еще 25 мин. За 5 мин до готовности добавить горошек.

18. Говяжья вырезка с медово-персиковым соусом

1 кг говяжьей вырезки, 1 стакан неподслащенного ананасового сока, 0,3 стакана лимонного сока, 1 ст. ложки крахмала, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки меда, 1 бульонный кубик (говядина), 1,5 стакана свежих или замороженных ломтиков персика.

Нагреть духовку до 210 °С. Вырезку сложить и обвязать так, чтобы получился один компактный кусок мяса; положить в латку. Запекать в течение 30–40 мин. Вынуть из латки, снять обвязку, дать постоять 15 мин. В другой посуде смешать ананасовый, лимонный соки и крахмал. Добавить масло, мед и бульонный кубик. Варить, помешивая, пока смесь не загустеет и не запузырится. Поварить еще 2 мин. Добавить персики и хорошо прогреть. Мясо нарезать поперек волокна тонкими ломтиками. При подаче полить соусом.

19. Салат из цыпленка с мандаринами

3 стакана грудинки цыпленка (без кожи и косточек, отваренной и нарезанной на кусочки), 2 ст. ложки сахарного песка, 1 ст. ложка муки, 1 ч. ложка соли, 0,65 стакана апельсинового сока, 1 яйцо, 1,5 стакана измельченных черешков сельдерея, 0,75 стакана обжаренного и нарезанного миндаля, 2 ст. ложки нарезанного зеленого лука, 1 стакан долек мандарина из компота.

В кастрюле смешать сахарный песок, муку и соль. Постепенно вмешать молоко, соль и взбитое яйцо. Варить на среднем огне, постоянно перемешивая. Довести до кипения, но не кипятить, а только подождать, пока смесь загустеет. Снять с огня, накрыть и остудить, поставить в холодильник.

Смешать куриное мясо, сельдерей, орехи и лук. Залить остывшей заправкой и перемешать. Осторожно добавить мандарины. Накрыть и поставить в холодильник на 2 ч.

20. Бифштекс по-чикагски

170 г говяжьей вырезки, 1 сырой желток, 0,5 луковицы, зелень петрушки, соль, перец, растительное масло.

Порционный кусок вырезки хорошо отбить, приправить солью и перцем, сделать в центре углубление и вылить туда желток. Бифштекс гарнировать рубленым луком и зеленью петрушки, слегка прожарить и подать.

21. Цыпленок на решетке по-американски

300 г цыпленка, 30 г сливочного масла, 100 г картофеля, 2 помидора, 3 сосиски, 5–6 ломтиков бекона, 4 ст. ложки горошка, растительное масло, хлебные крошки, 2 ст. ложки тертого сыра, зелень петрушки, соль.

Тушку цыпленка промыть в холодной воде, обсушить на салфетке, разрезать вдоль хребта, раскрыть, придавить и распластать. Отбитую тушку посолить по вкусу, смочить в растительном масле, панировать в хлебных крошках и жарить на решетке. Гарнировать поджаренными на решетке сосисками и ломтиками бекона, хлебной крошкой и тертым сыром, помидорами, поджаренным на сливочном масле картофелем, свежим горошком, зеленью. К цыпленку отдельно можно подать мелко нарубленные соленые огурцы.

22. Кисло-сладкий цыпленок

1 стакан риса, 220 г куриного филе, 2 ст. ложки винного уксуса (из красного вина), 2 ст. ложки сахарного песка, по 1 ст. ложке оливкового масла, томатного соуса, апельсинового сока, 1 сладкий перец, 1 луковица, 1 стакан соцветий брокколи (можно замороженных).

Рис отварить. Пока он варится, на большую сковороду вылить оливковое масло и разогреть. Положить на сковороду узкие полоски куриного филе и слегка обжарить, пока не побелеет (около 3 мин). Добавить уксус, сахарный песок, томатный соус и апельсиновый сок. Через 2 мин добавить узкие полоски перца, измельченный лук, обжаренную брокколи и готовить около 7 мин, пока овощи не станут нежными. При подаче выложить поверх риса.

23. Жамбалайя

1 курица весом около 1 кг, 450 г копченой колбасы, 3 сладких перца, 2 луковицы, 5 зубчиков чеснока, 400 г консервированных томатов, 2 мл острого томатного соуса, 1 г молотого кайенского перца, 5 лавровых листов, 1 острый перец, 200 мл томатной пасты, 180 г риса.

Куски курицы и ломтики колбасы положить в большую кастрюлю и залить водой так, чтобы она их только закрывала. Довести до кипения, затем убавить огонь и тушить, пока куриное мясо не станет легко отделяться от костей. Вынуть из бульона мясо и колбасу, мясо снять с костей и измельчить.

В большой кастрюле на умеренном огне, добавив немного куриного бульона, готовить нарезанный кубиками сладкий перец, измельченные лук и чеснок до прозрачности. Затем добавить нарезанные кубиками томаты без кожицы, острый перец, истолченный в порошок, острый соус и лавровый лист. Убавить огонь и готовить еще 15 мин. Добавить куриное мясо, колбасу и томатную пасту. Продолжать готовить до полного проявления аромата блюда. Затем добавить рис и готовить еще 20 мин, чтобы он успел стать нежным.

24. Филе камбалы с винным соусом

4 куска филе камбалы, 600 г картофеля, 750 г замороженной овощной смеси, 4 ст. ложки белого сухого вина, 120 мл сливок, 4 ст. ложки измельченного укропа, 2 ч. ложки горчицы, соль, перец, лимонный сок, растительное масло, 4 зубочистки.

Картофель очистить, вымыть и сварить. Камбалу вымыть, обсушить, сбрызнуть лимонным соком, посолить и поперчить. Филе свернуть трубочкой, закрепить зубочисткой. Приготовить замороженные овощи (прогреть на сковороде с растительным маслом, посолить).

Сверху выложить филе камбалы, тушить еще 10 мин. Сливки вместе с горчицей, вином и укропом довести до кипения, затем посолить и поперчить. Подавать вместе овощи, картофель, рыбу и винный соус.

25. Гамбо с креветками

450 г копченой колбасы, 100 г растительного масла, 1,2 кг курицы, 100 г муки, 300 г репчатого лука, 50 г зеленого лука, 910 г очищенных креветок, 3 зубчика чеснока, 2 лавровых листа, 1 г сушеного тимьяна, зелень петрушки, соль, перец.

В небольшой сковороде обжарить на среднем огне толстые ломтики колбасы. Снять ее со сковороды на бумажную салфетку (чтобы удалить лишний жир), жир слить. В большой сковороде на сильном огне нагреть растительное масло и обжарить в нем куски курицы до золотистого цвета со всех сторон. Снять курицу со сковороды и держать в тепле. В горячее масло всыпать муку и убавить огонь. Помешивая, довести муку до темно-коричневого цвета (это может занять до 45 мин; чем темнее будет мука, тем лучше блюдо). Когда мука потемнеет до нужного цвета, положить в нее колбасу, нарезанные репчатый, зеленый лук, петрушку, чеснок. Готовить на маленьком огне в течение 10 мин, постоянно помешивая.

Затем добавить 2 стакана воды и пряности. Положить куски курицы и залить водой так, чтобы мясо было чуть прикрыто. Довести все до кипения и готовить на маленьком огне до 45 мин, пока курица не станет нежной. Вынуть кусочки курицы, добавить креветки и готовить еще 8–10 мин, затем выбросить лавровый лист. Подавать в глубоких мисках.

ГАМБУРГЕРЫ

26. Основной бургер

900 г рубленой говядины, 1,2 ч ложки молотого лука, 0,25 ч. ложки черного молотого перца, соль.

Вилкой слегка перемешать мясо, соль, лук и перец. Полученную массу разделить на 6 лепешек (старайтесь не прикасаться к мясу руками и не слишком сдавливайте его). Лепешки жарить на углях, в электрогриле или сковороде до готовности.

Основной сырный бургер

900 г измельченной говядины, 1,5 ч. ложки молотого лука, 0,25 ч. ложки черного молотого перца, 6 ломтиков сыра (по выбору), соль.

Процесс приготовления такой же, как и у основного бургера. За 1–2 мин до окончания жарения положить на верхушку каждой лепешки по ломтику сыра, накрыть крышкой и продолжать готовить до тех пор, пока сыр не расплавится.

Дополнительные гарниры для основных бургеров (бургер можно есть так или на булочке с гарнирами):

• головка измельченного чеснока, размягченное сливочное масло, смешанные красный перец и острый сыр;

• печеночный паштет и тонкий ломтик репчатого лука;

• ломтики бекона и сваренного вкрутую яйца;

• тушеные помидоры и тертый острый сыр («Рокфор», «Чедер» и др.);

• кислая капуста, тонкие ломтики салями, горчица;

• острый сыр, бекон и нарезанные ломтиками маслины;

• тунец и измельченная петрушка, смешанные с майонезом;

• йогурт, ломтики яблока и корица;

• тертая морковь, изюм и майонез;

• ломтики апельсина, листья свежей мяты и густая сметана;

• мясо краба, листья сельдерея, лимонный сок;

• тушеные грибы, зеленый перец, репчатый лук;

• нарезанные редис и петрушка, сметана;

• нарезанная ломтиками ветчина, мед и горчица.

27. Гамбургер «Лучший повар»

0,5 стакана молотых сухарей, 0,25 стакана молока, 900 г измельченной говядины, 0,25 ч. ложки молотого черного перца, 0,5 ч. ложки соли, смешанной с сушеным измельченным сельдереем, 1 яйцо, 6 ломтиков ветчины, 6 ломтиков швейцарского сыра.

Замочить сухари в молоке, пока они не станут мягкими. Смешать размягченные сухари, мясо, перец, сельдерей, соль и яйцо. Полученную массу разделить на 12 тонких лепешек. На каждую из 6 лепешек положить по ломтику ветчины и сыра. Закрыть начинку оставшимися лепешками, слегка спрессовать края. Поджарить на среднем огне.

28. Ковбойский гамбургер

900 г измельченной говядины, 2 ст. ложки измельченной петрушки, 1,2 стакана измельченного репчатого лука, 2 яйца, 2 ст. ложки измельченного красного острого перца, 1 ч. ложка сухого эстрагона, 0,25 ч. ложки молотого тмина, соль.

Для соуса «Ранчо»: 2 ст. ложки растительного масла, 3 крупных измельченных помидора, 1 головка измельченного репчатого лука, 1 ч. ложка сахарного песка, 1 ч. ложка 3 %-го уксуса, 0,25 ч. ложки жгучего перца, 1,5 ст. ложки измельченного стручкового зеленого перца, соль, 1 зеленый перец.

Смешать мясо, соль, петрушку, лук, яйца, перец, эстрагон и тмин. Полученную массу разделить на 6 лепешек, поджарить на среднем огне. Подавать с соусом «Ранчо».

Для приготовления соуса нагреть масло в кастрюле. Опустить в него измельченные помидоры, репчатый лук. Тушить 20–25 мин, пока смесь не загустеет. Затем положить соль, сахарный песок, уксус, тонкие кольца жгучего перца, стручковый и зеленый перец. Тушить на слабом огне без крышки в течение 10 мин.

29. Гамбургеры «Мокрые парни»

0,75 стакана измельченного репчатого лука, 0,5 стакана измельченного зеленого перца, 0,5 стакана нарезанных грибов, 2 ст. ложки масла, 900 г измельченной говядины, 1,5 ч. ложки красного молотого перца, 1 стакан томатного соуса, 1 красный стручковый перец, соль, 6 булочек.

В большой кастрюле протушить в масле лук, зеленый перец и грибы, пока лук не станет мягким и прозрачным. Добавить мясо, красный молотый и зеленый перец, соль, хорошо перемешать. Готовить на слабом огне до готовности мяса. Полученную

начинку ложкой накладывать на булочки. Полить томатным соусом.

30. Острый бургер из цыпленка

900 г измельченной мякоти цыпленка, 1 стакан измельченной зелени сельдерея, 0,25 стакана измельченного репчатого лука, 2 ст. ложки острой соевой приправы, 1 ч. ложка сухого эстрагона, 1 головка измельченного чеснока, 0,3 стакана кетчупа, 6 ломтиков острого сыра.

Смешать мясо, сельдерей, лук, соевую приправу, эстрагон и чеснок. Полученную массу разделить на 6 лепешек. Жарить, часто поливая кетчупом. За несколько минут до окончания жаренья положить на бургеры сыр, закрыть сковороду крышкой и жарить, пока сыр не расплавится.

31. Бургеры-сэндвичи с маринованным луком

По 450 г измельченных говядины и телятины, по 1 ч. ложке черного молотого перца и семян сельдерея, 1 головка измельченного чеснока, по 0,5 стакана кетчупа и винного уксуса, 2 ст. ложки измельченного репчатого лука, 6 ломтиков репчатого лука, 0,25 стакана растительного масла, 0,5 ч. ложки сушеного укропа, 12 ломтиков ржаного хлеба, соль.

Смешать мясо, соль, перец, семена сельдерея, чеснок, кетчуп и измельченный лук. Полученную массу разделить на 12 тонких лепешек. Завернуть лепешки в вощеную бумагу и положить в холодильник на 30–45 мин.

Смешать ломтики лука, винный соус, растительное масло и укроп. Завернуть в пластиковую обертку и выдержать в холодильнике 30–45 мин. Затем вынуть, вытащить лук, а маринад использовать для жаренья. Гамбургеры жарить до готовности, поливая маринадом.

Поджарить ржаной хлеб и сделать сэндвичи из двух лепешек с ломтиком маринованного лука между ними и 2 ломтиками поджаренного хлеба.

32. Двойной бургер

600 г рубленой говядины, 4 ст. ложки топленого масла, 2 помидора, 8 ст. ложек майонеза, 4 булочки, 8 ст. ложек кетчупа,

0,5 цуккини, соль, перец, листовый салат, уксус.

Смешать рубленое мясо с солью и перцем, сделать 8 плоских лепешек одинакового размера. Обжарить в топленом масле с каждой стороны по 2–3 мин. Разрезать булочку по горизонтали на 3 части так, чтобы толщина среднего ломтика была 1 см. Помидоры вымыть, обсушить и нарезать ломтиками. Посолить, поперчить и полить уксусом.

Смазать нижние ломтики каждой булочки 1 ст. ложкой майонеза. Накрыть листьями салата, положить лепешку из рубленого мяса и покрыть помидорами. Полить сверху кетчупом и накрыть вторым ломтиком. Снова намазать майонезом. Положить зелень и вторую мясную лепешку. Цуккини вымыть, обсушить, нарезать тонкими ломтиками и выложить сверху. Покрыть оставшимися помидорами. Полить кетчупом и накрыть верхним ломтиком булочки.

33. Сдобные булочки для гамбургеров

4 стакана пшеничной муки, 0,75 ч. ложки соли, 2 ст. ложки сахарного песка, 2,5 ст. ложки нежирного сухого молока, 1 ст. ложка сухих дрожжей, 3 ст. ложки размягченного сливочного масла, 1 стакан горячей воды.

Для украшения: растопленное сливочное масло, мак, кунжут, тертый сыр, кусочки бекона, измельченный репчатый лук, чеснок, семена сельдерея, тмин.

В большой миске смешать 2 стакана муки с солью, сахарным песком, сухим молоком и маслом. Постепенно, тщательно перемешивая, добавлять воду. Добавить еще 0,5 стакана муки. Быстро замесить тесто в течение 2 мин. Оставшуюся муку понемногу добавлять, пока тесто не загустеет. Выложить тесто на посыпанный мукой стол и замешивать около 10 мин, пока оно не станет однородным и эластичным. Положить тесто в смазанную маслом емкость, поворачивая так, чтобы оно все обмаслилось. Затем тесто накрыть и поставить в теплое место на 45–60 мин, пока оно не удвоится в размерах. Потом обмять тесто и оставить на 20 мин.

Разделить тесто пополам. Каждую половину разрезать на 6 равных кусков. Оформить каждый кусок в виде шара и положить на смазанный маслом противень на расстоянии 5 см друг от друга. Слегка выровнять тесто, закрыть и дать постоять в теплом месте 1 ч.

Нагреть плиту до 190 °С. Смазать поверхность булочек растопленным сливочным маслом и добавить украшения.

Выпекать булочки от 15 до 20 мин, пока они слегка не покоричневеют.

ДЕСЕРТ

34. Американские пышки

20 г дрожжей, 250 мл теплой воды, щепоть сахарного песка, 400 г муки, 2 ч. ложки соли, 50 г сливочного масла, мак (или кунжутные семечки), помидоры.

Дрожжи и сахарный песок развести в теплой воде. Добавить муку, соль и масло, замесить тесто. Оставить подходить на 40 мин. Разогреть духовку до 225 °С. Из теста сформовать 12 шариков. Ручной шумовкой сделать в центре шариков отверстия. Опустить пышки на 1 мин в кипящую воду. Вынуть из кастрюли и посыпать маком (или кунжутом). Запекать в духовке в течение 20 мин при 225 °С. Дать пышкам остыть, разрезать пополам и положить на тарелку с нарезанными помидорами.

35. Пицца по-американски

Для теста: пшеничная мука, 0,5 л воды, 50 г дрожжей, 1 яйцо, 1 ч. ложка соли.

Для начинки: 300 г колбасы, 100 г томатного соуса или пасты, 2–3 головки репчатого лука, 100–150 г сыра, по 50 г черемши, острой моркови, маринованного перца, можно 50 г маринованных грибов, несколько ломтиков салями.

Развести дрожжи в 0,5 л теплой воды, вбить туда яйцо и перемешать, добавив соль. Далее засыпать муку так, чтобы тесто было похоже на густую сметану. Поставить тесто в холодильник на 1–2 ч. Противень намазать подсолнечным маслом, вылить на него тесто, подождать, пока оно растечется по противню. Поставить в духовку на 5–7 мин. Когда тесто чуть-чуть подрумянится, вынуть его из духовки и сразу выложить начинку: всю поверхность теста густо намазать томатным соусом или пастой, затем равномерно разложить мелко нарезанную колбасу, соленья и нарезанный кружочками лук, посыпать тертым сыром и — для аромата — молотыми специями, украсить несколькими ломтиками салями. Поставить пиццу в духовку.

36. Полосатый чизкейк со сливочным ликером

100 г масла, по 3 ст. ложки сахарного песка и какао, 300 г

раскрошенного несладкого печенья, 200 г сливочного сыра, 200 мл любого сливочного ликера, 100 г сахарной пудры, 4 яйца, 50 г горького шоколада.

Масло растопить с сахарным песком и шоколадом. Добавить крошку печенья, вымесить. Выложить в подготовленную разъемную форму. Яйца взбить на водяной бане с пудрой до пены, добавить частями сыр, потом ликер тонкой струйкой 0,5 смеси отложить в другую форму. Растопить шоколад и добавить его в одну половину сырной смеси, хорошо перемешать. Вылить попеременно то белую, то шоколадную часть на основание торта. Печь при 170 ºС около 50 мин. Хорошо охладить и подержать в холодильнике не менее 5–6 ч.

37. Лимонный чизкейк

Тесто: 2 стакана муки, 0,5 стакана сахарной пудры, 1 стакан размягченного сливочного масла.

Начинка: 125 г плавленного сыра, 2 яйца, 0,65 стакана концентрированного молока, 0,5 стакана сахарного песка, по 1 ст. ложке муки и лимонного сока, 2 ст. ложки тертой лимонной цедры, 1 стакан сметаны.

Нагреть духовку до 190 ˚С. В миске смешать 2 стакана муки и пудру. Добавить масло, смешать. Получившееся тесто распределить по дну и бокам прямоугольной формы. Поместить в духовку и выпекать 25 мин.

С помощью миксера взбить плавленный сыр, яйца, молоко, сахарный песок, муку, лимонный сок, цедру до жидкости. Вынуть из духовки основу, вылить сверху начинку и разровнять. Печь в духовке около 15 мин. Вынуть, остудить, сверху покрыть сметаной и хорошо охладить. Нарезать на отдельные пирожные и по желанию украсить.

38. Банановый хлеб

8 ст. ложек масла, 0,75 стакана сахарного песка, 2 яйца, по 1 стакану блинной и пшеничной муки, 1 ложка соды, 0,5 ч. ложки соли, пюре из 3 больших спелых бананов, 0,5 стакана измельченных грецких орехов, ванилин.

Нагреть духовку до 200 ˚С, смазать форму. Растереть масло с сахарным песком до пышной массы, по одному добавляя яйца, каждый раз хорошо взбивать. Смешать все сухие компоненты и добавить в масляную смесь. Хорошо перемешать, добавить

банановое пюре, ванилин и орехи. Вылить в форму и печь, пока воткнутая в тесто лучина не будет сухой (примерно 60 мин). Вынуть, 10 мин остужать в форме, затем на доске до полного охлаждения.

39. Американский «снег»

200 г теплой воды, 400 г холодной воды, 2 ч. ложки желатина, цедра 2 лимонов, 2 стакана сахарного песка, 3 белка, сок 3–4 лимонов, 3 ст. ложки вишневого ликера.

Растворить в теплой воде желатин. Добавить цедру и сахарный песок. Все довести до кипения, влить холодную воду. Добавить сок лимонов и вишневый ликер. Протереть все через сито. Взбить в крепкую пену 3 белка, осторожно смешать их с общей массой. Выложить все в смоченную водой форму, охладить в течение 4 ч и подать на стол.

40. Печенье с кусочками шоколада

0,75 стакана сливочного масла, 1,5 стакана сахарного песка, 2 ст. ложки молока, 1 яйцо, 1,5 стакана муки, 1 ч. ложка соли, 0,75 ч. ложки соды, по 1 стакану маленьких кусочков шоколада и измельченных грецких орехов, ванилин.

Нагреть духовку до 190 °С. В большую миску положить масло, сахарный песок, молоко и ванилин, смешать до однородной массы. Добавить яйцо и еще раз взбить. Смешать муку, соль и соду, добавить в общую массу и быстро смешать. Добавить кусочки шоколада и орехи. Тесто выкладывать на несмазанный лист по одной чайной ложке на расстоянии около 7 см друг от друга. Печь при 190 °С 8–10 мин, если хотите получить мягкое печенье, и 11–13 мин — для хрустящего печенья. Очень важно не держать печенье дольше. Когда оно будет готово, вынуть из духовки и дать остыть 2 мин на листе, затем переложить на фольгу на столе и остудить до конца.

41. Яблочный пирог

Тесто: 2 стакана муки, 1 ст. ложка соли, 0,65 стакана маргарина, 3 ст. ложки сливочного масла, 0,25 стакана холодной воды, 1 ст. ложка сливок, 1 ч. ложка сахарного песка.

Начинка: 6 средних яблок, очищенных от сердцевины и кожицы,

нарезанных тонкими ломтиками, 0,3 стакана сахарного песка, по 0,25 стакана муки и молотой корицы.

Ломтики яблок положить в миску, отдельно смешать 0,25 стакана муки, 0,65 стакана сахарного песка и корицу и засыпать этой смесью яблоки. Накрыть и оставить на ночь в холодильнике. Для приготовления теста в большой миске смешать 2 стакана муки и соль. Нарезать маргарин маленькими кусочками и смешать с мукой и 2 ст. ложками масла до рассыпчатого состояния. В середине сделать углубление и добавить холодную воду. Замесить тесто и скатать его в шар. Дать постоять 20 мин. Затем тесто разделить на две части и раскатать так, чтобы одной частью выстелить форму для пирога диаметром около 20 см (подойдет соответствующего размера сковорода со съемной или огнеупорной ручкой), а другой — накрыть пирог сверху. Поместить тесто в форму, сверху положить яблоки и разбросать нарезанное маленькими кусочками оставшееся масло. Накрыть второй частью теста и защипнуть края, сделав несколько прорезей для выхода пара. Смазать верх пирога сливками и посыпать сахарным песком. Печь в заранее разогретой до 200 ˚С духовке в течение 10 мин, затем снизить температуру до 175 ºС и печь еще 30–40 мин или пока корочка не станет золотистой.

42. Пирог с ревенем

Тесто: 2 стакана муки, 1 ч. ложка соли, 0,65 стакана маргарина, 2 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки ледяной воды, по 1 ст. ложке растопленного сливочного масла и лимонного сока, 1,5 ст. ложки сливок, 2 ст. ложки сахарного песка.

Начинка: по 1 стакану ежевики и малины, 2 стакана ревеня, нарезанного кусочками около 1 см длиной, 0,75 стакана сахарного песка, 0,25 стакана муки.

В большой миске смешать ежевику, малину и ревень. Отдельно смешать 0,75 стакана сахарного песка и 0,25 стакана муки и засыпать ягоды и ревень. Осторожно перемешать. Закрыть и оставить на ночь в холодильнике. В большой миске смешать 2 стакана муки и соль. Добавить нарезанный маленькими кусочками маргарин и 2 ст. ложки сливочного масла и смешать до рассыпчатого состояния. Отложить 0,3 массы в отдельную миску и добавить туда воду, смешать до состояния пахты. Замешанное тесто положить обратно и быстро смешать его с оставшимися маргарином и мукой. Скатать тесто в шар и дать ему вылежаться по крайней мере 20 мин, затем разделить тесто на две части, раскатать и выстелить половиной теста форму

диаметром около 20 см. Смешать фруктовую начинку с лимонным соком и растопленным сливочным маслом, затем выложить в форму. Накрыть оставшимся тестом, защипнуть края и сделать прорези для выхода пара. Верх пирога смазать сливками и посыпать сахарным песком. Печь в заранее нагретой до 200 °С духовке 10 мин, затем снизить температуру до 175 °С и печь еще 40–50 мин, пока пирог не зарумянится.

43. Пот-пай из говядины

Тесто: 2 стакана муки, 1 ст. ложка соли, 0,65 стакана маргарина, 2 ст. ложки сливочного масла, 0,5 стакана холодной воды.

Начинка: 450 г говяжьей вырезки, нарезанной кубиками, 400 мл говяжьего бульона, 3 нарезанные моркови, 3 нарезанные кубиками картофелины, 150 г горошка, 25 г крахмала, 85 мл воды, соль, перец.

В кастрюле с толстым дном на среднем огне обжарить кусочки говядины, зарумянив их со всех сторон. Влить немного воды, чтобы почти покрыть ею мясо. Довести до кипения и убавить огонь. Готовить на медленном огне до мягкости, в течение 2–3 ч. Поместить мясо в миску и слегка размять. Добавить соль и перец по вкусу. В двухлитровой кастрюле нагреть бульон, добавить морковь и картофель. Готовить в течение 15–20 мин. Нагреть духовку до 175 °С. Вынуть морковь и картофель из бульона и добавить к мясу, сохранив бульон. Положить туда же горошек и все смешать. Развести крахмал в 0,3 стакана воды. Вылить в бульон, довести до кипения, убавить огонь и готовить 5 мин. Тестом выстелить форму диаметром 22 см. Положить внутрь начинку и залить бульоном, накрыть слоем теста. Выпекать в заранее нагретой духовке в течение 25 мин, пока корочка не приобретет золотистый цвет. Перед подачей остудить в течение 5 мин.

44. Сырный торт с помидорами и базиликом

Тесто: 125 г масла, 250 мл муки, 200 мл крахмала, немного соли, 2 ст. ложки ледяной воды или очень холодного молока.

Начинка: 300 г обезжиренного домашнего сыра или неводянистого творога, 100 г масла, 200 г сметаны, пучок базилика, 2 яйца, соль, перец, 300–500 г помидоров.

Все ингредиенты для приготовления теста должны быть очень

холодными. Смешать сухие компоненты, просеять на стол, выложить кусочки масла, порубить ножом до крошки, добавить жидкость, быстро вымесить тесто. Форму (лучше разъемную) смазать маслом и слегка припорошить мукой. Выложить в нее тесто. Завернуть все в целлофан и поставить в холодильник на 30–40 мин (можно с вечера). В это время приготовить начинку. Сыр смешать с маслом и сметаной, можно взять больше сметаны и меньше масла. Порубить базилик и добавить его в смесь. Яйца взбить на водяной бане с солью и перцем, постепенно добавить туда сырную массу. Помидоры порезать на половинки.

Можно их предварительно очистить от шкурки. Нагреть духовку до 200 °С. Тесто в форме наколоть и выпекать 15 мин. Выложить начинку, сверху вдавить помидоры, посолить их и поперчить. Выпекать еще 45–50 мин при 180 °С. Дать немного остыть, осторожно вынуть из формы. Подавать еще теплым, можно порезать на порционные куски.

45. Американский тыквенный пирог на День благодарения

Тесто: 1,5 стакана муки, 0,5 ч ложки соли, 0,5 стакана несоленого сливочного масла, 1 яичный желток.

Начинка: 900 г тыквы, 2 крупных яйца, 6 ст. ложек сахарного песка, 4 ст. ложки сладкого сиропа, 1 стакан густых сливок, 1 ст. ложка пряностей (перец, корица, гвоздика, тертый мускатный орех, молотый имбирь), 0,5 ч ложки соли, сахарная пудра.

Просеять муку и соль в глубокую миску. Растереть с маслом, чтобы смесь напоминала хлебные крошки, затем добавить яичный желток и столько ледяной воды (около 1 ст. ложки), чтобы замесить тесто. Скатать тесто в шар, завернуть его в целлофан и положить на холод на 30 мин. Приготовить начинку. Очистить тыкву, удалить семена. Нарезать мякоть кубиками. Положить в кастрюлю с толстым дном, добавить воды, чтобы она закрывала тыкву, и варить до мягкости. Размять мякоть в однородную массу, переложить в сито и дать стечь жидкости. Раскатать тесто на слегка присыпанной мукой доске и застелить им круглую форму с вынимающимся дном. Проколоть тесто и закрыть его промасленной бумагой. Охладить в течение 15 мин. Разогреть духовку до 200 °С и выпекать в течение 10 мин, затем снять бумагу и снова поставить форму в духовку, выпекать еще 5 мин. Убавить температуру в духовке до 190 °С. Выложить тыквенное пюре в глубокую миску, взбить яйца с сахарным песком, сиропом, сливками, пряностями и солью. Вылить смесь в форму. Выпекать смесь 40 мин или пока начинка не затвердеет. Посыпать сахарной

пудрой и подавать на стол, когда пирог остынет до комнатной температуры.

46. Персики с пряностями «Джорджия»

8,5 кг спелых, но еще не мягких персиков, 3 кг сахарного песка, 470 мл уксуса, 950 мл воды, 24 шт. гвоздики, 9 г корицы.

Персики очистить от кожицы. На среднем огне вскипятить воду, уксус и сахарный песок. Уварить; сироп должен быть умеренно густой.

Добавить гвоздику, корицу и персики. Довести до кипения, время от времени помешивая, и варить. Когда персики будут легко протыкаться вилкой до косточки, разложить их в стерилизованные банки. Сироп снова уварить и залить им персики. Банки стерилизовать и закатать.

47. Американские банановые лодочки

100 г бананов, 10 г муки, 30 г молока, 10 г сахарной пудры, 1 яйцо, соль, 2 ст. ложки масла.

Растереть мякоть бананов в пюре. Приготовить белый соус из муки и сливочного масла, разбавить молоком, смешанным с сахарной пудрой и солью. Соус снять с огня и размешать, чтобы остыл. Добавить желток, пюре из бананов и — в конце — взбитый в крепкую пену белок. Лодочки из банановой кожуры наполнить кремом. Уложить на противень, смазанный маслом, и поставить в сильно нагретую духовку на 5–6 мин.

48. Банановый десерт с мороженым

1 банан, 2 шарика мороженого, 2 вафли, вишни из компота, орехи.

Для соуса: 0,5 плитки черного шоколада, 100 г жирных сливок, 50 г сливочного масла, сахарный песок.

Растопить в кастрюле шоколад и размешать со сливками, маслом и сахарным песком. Нагреть и помешивать, пока все части не соединятся. Снять с огня, но не дать остыть. В продолговатую вазочку уложить 2 половинки банана, разрезанного вдоль, в нескольких сантиметрах друг от друга. Между половинками банана положить шарики мороженого. Сверху полить шоколадным соусом. Украсить вишнями, посыпать орехами и

поставить вертикально веером 2 вафли. Подавать сразу же.

49. Чай со льдом

На 1 порцию: 2 ч. ложки (или 2 пакетика) черного чая, 200 мл кипятка, сахарный песок, сок лимона, лед (1 стакан кубиков). По желанию — щепотка имбиря, кардамона, листы перечной мяты, ягоды смородины, кусочки ананаса, фруктовые соки (ананасовый, вишневый, апельсиновый), джин, ром.

Заварку залить кипятком, дать настояться 4 мин, затем процедить. Сахарный песок и сок лимона добавить по вкусу. Узкий высокий стакан на 0,6 заполнить льдом и влить в него горячий чай, подать соломинку для напитков. Допустимы разные варианты с ароматизаторами, наполнителями и т. д. Чай со льдом освежает, бодрит сильнее обычного охлажденного чая.

50. Коктейль оздоровительный

1 стакан черничного йогурта, 1 стакан слив без косточек, 0,5 стакана чернослива, 1 стакан яблочного сока, 1 нарезанный банан, 0,5 стакана молока.

Все смешать в блендере до гладкости. Выход — 2 порции.